

TOT

www.totbadalona.com
Del 22/06 al 01/07 '22

RALUY LEGACY



In *Art* we trust

Si t'ho diuen, no t'ho creuràs!

Tot el material per a realitzar les teves reformes
amb un finançament increïble!!!

A Badagres ho tens fàcil,
a Badagres ho tens tot

Finançament
de fins a 24
mesos sense
interessos*

*Finançament subjecte a l'aprovació
de l'entitat financera corresponent



**BADAGRES
COMPROMÈS**

Badagres patrocina
l'equip de futbol adaptat
de l'AEB BADALONES

Badagres

www.badagres.com



Miguel Cuevas
FRUITES I VERDURES

*Bona revetlla
de Sant Joan
a tothom*

HA ARRIBAT L'ESTIU A



Miguel Cuevas



**Síndria i meló
per refrescar-te!**



Miguel Cuevas
FRUITES I VERDURES

Fruites i Verdures Miguel Cuevas

C. Del Lleó, 65 - 44. Badalona. Tel.: 93 464 01 79



Procés participatiu per decidir el disseny del Pont del Petroli

Ciutat | Redacció

Un dels símbols més emblemàtics del llarg litoral badaloní com és el Pont del Petroli, serà sotmès a votació per part de la ciutadania i es renovarà la seva imatge. Cinc quilòmetres de platja que conformen en litoral de Badalona, on més de la meitat el formen les platges, hi surt una antiga i simbòlica estructura de pilons que s'endinsa gairebé 250 metres cap al mar i que, al mateix temps, ofereix (i ofereix) unes vistes panoràmiques excelses de la costa de Badalona. El Mar Mediterrani i el Pont del Petroli sempre han estat lligats a diferents disputes i esbatussades. Durant el gener de l'any 2020, el temporal Glòria va deixar l'estructura del Pont bastant malmesa, arribant al punt que les administracions

es van veure obligades a tancar el seu acacés. Ja queda lluny aquell any 1879, quan la companyia Suari i Canals van construir el primer pont per descarregar els seus vaixells de petroli.

Procés participatiu

143 anys després i amb un llarg historial de desperfectes, el Pont del Petroli tornarà a gaudir d'una renovació. Des de l'Ajuntament de Badalona s'ha obert un procés participatiu fins al 27 de juny per escollir el nou disseny del Pont. Aquest passat divendres dia 20 de juny, es va obrir el procés participatiu per dur a terme les votacions, que es poden fer a través del següent enllaç: [http://ajuntament.badalona.cat/proces-participatiu-per-escollir-el-nou-disseny-del-](http://ajuntament.badalona.cat/proces-participatiu-per-escollir-el-nou-disseny-del-pont-del-petroli/)

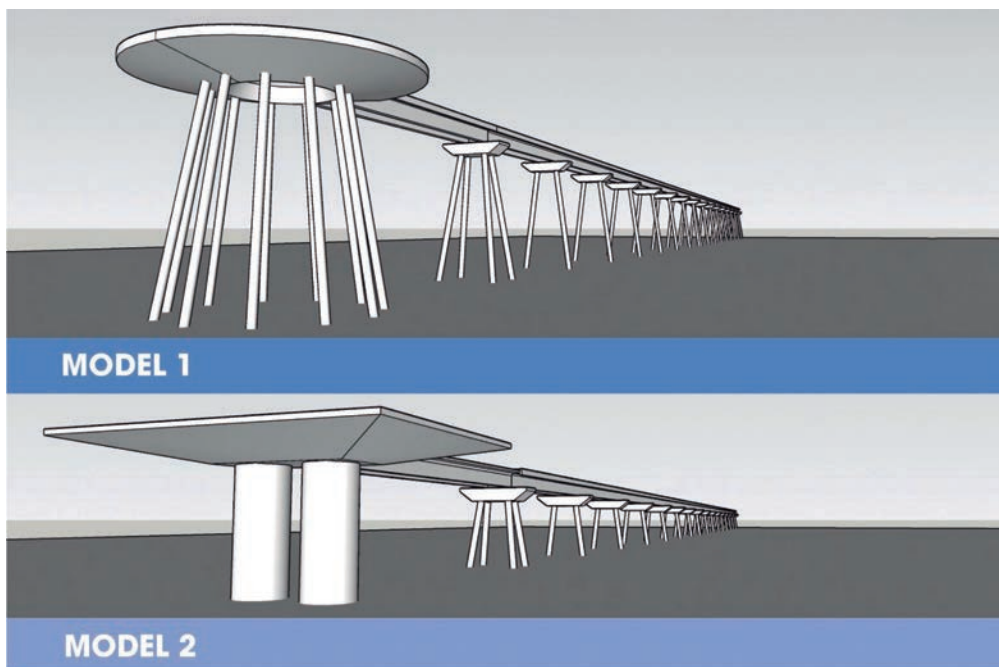
[pont-del-petroli/](http://ajuntament.badalona.cat/proces-participatiu-per-escollir-el-nou-disseny-del-pont-del-petroli/). S'han fet dues propostes de renovació, on podran participar totes aquelles persones empadronades a Badalona, més gran de setze anys. Les votacions estan obertes des del passat dia 20 de juny i s'allargaran fins al dilluns 27 de juny. A l'enllaç anterior també es troba la informació sobre les dues alternatives presentades. A més, el dissabte 25 de juny, d'11 a 13 hores, hi haurà una carpa amb ordinadors que s'instal·larà al passeig Marítim, a tocar del mateix pont del Petroli, per facilitar la votació de la ciutadania. Amb tot, es fa una crida a la participació de tots els badalonins i badalonines més grans de setze anys per a escollir entre les dues propostes dissenyades per resistir els embats de l'onatge.

Dues propostes per substituir l'actual pont destrossat pel pas del temporal Glòria

El gener de l'any 2020, el pas del temporal Glòria va provocar danys importants al litoral badaloní i, concretament, el pont del Petroli va resultar greument afectat. El pont va patir danys a l'estructura i la desaparició de la part final de la passera que unia el pont amb la plataforma final, que

també va quedar molt malmesa. Després de les feines d'estabilització i d'assegurar l'estructura, l'Ajuntament de Badalona va contractar els serveis de l'empresa Enginyeria Reventós per redactar el projecte de remodelació del pont del Petroli i va signar un conveni amb el Laboratori

d'Enginyeria Marítima de la Universitat Politècnica de Catalunya (UPC) per validar tècnicament les noves propostes. Dels diferents models analitzats, els que se sotmeten ara a votació de la ciutadania són els que tècnicament poden suportar millor l'acció de l'onatge en situació de temporal.



Model 1

Aquest model proposa una construcció de pilons molt semblant a l'existent actualment, destacant una plataforma final en anella rodona amb una superfície de 132 m² amb una obertura al centre de 19 m².

Model 2

La principal característica d'aquesta proposta es troba també en la plataforma final de 130 m² de superfície. Aquesta se suporta amb un fonament submergit del qual emergeixen dues columnes de 2 metres de diàmetre. Cal destacar que

tots dos models han estat testats en models numèrics en 3D i en simulacions a escala per poder resistir els embats de les onades. Així mateix, combinen diferents tècniques, materials, elements i superfícies inclinades per minimitzar les accions horitzontals de l'onatge.

L'Atenció Primària de Badalona guanya el 1r premi a la Innovació en la Gestió de la Vacunació



Membres de l'Atenció Primària de Badalona Serveis Assistencials

Ciutat | Redacció

L'Atenció Primària de Badalona Serveis Assistencials (BSA) va guanyar el primer premi a la quarta edició dels Premis Sanofi Pasteur-AIFICC-CAMFiC a la Innovació en la Gestió de la Vacunació a l'Atenció Primària de Salut 2021-2022 en la XV edició del Congrés de l'Associació d'Infermeria Familiar i Comunitària de Catalunya (AIFICC), que es va celebrar els dies 8 i 9 de juny a l'Auditori del World Trade Center de Barcelona, sota el lema "Activa't!". El projecte premiat porta per títol "El SMS és una bona eina per augmentar cobertures en adolescents?", i és obra de l'equip de coordinació d'infermeria (Sandra Arco, Jaume Català, Susanna Martínez, Esther Moral, Raül Porras i Maria Jose Sabariego). L'objectiu de l'experiència ha estat l'increment, aproximada-

ment d'un 60% respecte a l'any anterior, de la cobertura vacunal en els adolescents assignats al territori de BSA de la vacuna del Meningococ ACWY finançada. La malaltia meningocòccica és una malaltia infecciosa greu causada per un bacteri anomenat meningococ. El meningococ pot trobar-se a la gola d'algunes persones sense produir-los cap mena de símptoma, perquè desenvolupen una protecció natural al cap d'uns dies, però el poden transmetre a una persona sana i fer-la emmalaltir.

Resultats del projecte premiat

En concret, aquest any 2022 i fruit del treball dut a terme durant 2021, a BSA s'ha assolit una cobertura vacunal del Meningococ ACWY del 66,85% dels adolescents assignats a l'organització, gràcies a la incorporació de l'SMS com a eina de captació.

Campanya "Vivim l'orgull" per celebrar el Dia de l'Orgull LGTBIQ+

Aquest passat dimarts dia 14 de juny, es va presentar la campanya "Vivim l'orgull", impulsada per la regidoria de Feminismes i LGTBIQ+ de l'Ajuntament de Badalona per celebrar el Dia de l'Orgull LGTBIQ+, que es commemora internacionalment el 28 de juny. La campanya inclou una sèrie d'actes i activitats adreçades a tota la ciutadania que tenen l'objectiu de conscienciar sobre els drets de les persones LGTBIQ+, l'orgull i l'alliberament sexual i reivindicar que Badalona és una ciutat diversa i inclusiva. Entre les activitats programades destaca l'espectacle de monòlegs amb temàtica feminista i LGTBIQ+ "Pincho de Tortilla" que es farà el dia 27 de juny a les 19 hores al teatre Margarida Xirgu. Les humoristes Mai Boncompte i Cristina Guyu seran les protagonistes de la jornada amb una funció on tracten temes d'actualitat i d'interès general en clau humor. Les persones interessades a assistir a l'espectacle han de reservar prèviament enviant un correu electrònic a feminisme@badalona.cat.

Diverses queixes de diferents veïns i veïnes del carrer Marina, entre Sant Isidre i Mossèn Anton, on es poden observar alguns filons. Aquelles persones que hi passen amb freqüència demanen que des de l'Ajuntament es pugui arreglar el forat i les irregularitats del paviment.



PROCÉS PARTICIPATIU PER ESCOLLIR EL NOU DISSENY DEL PONT DEL PETROLI

TU POTS **AJUDAR A ESCOLLIR EL NOU PONT DEL PETROLI**

El pas del temporal Glòria el gener de 2020 va provocar danys importants al litoral badaloní i, concretament, el pont del Petroli va resultar greument afectat.

Els dos models que se sotmeten a votació de la ciutadania són els que poden suportar millor l'acció de l'onatge en situació de temporal.

QUAN ES POT VOTAR?

Fins al 27 de juny de 2022

QUI POT VOTAR?

Qualsevol persona empadronada a Badalona més gran de 16 anys

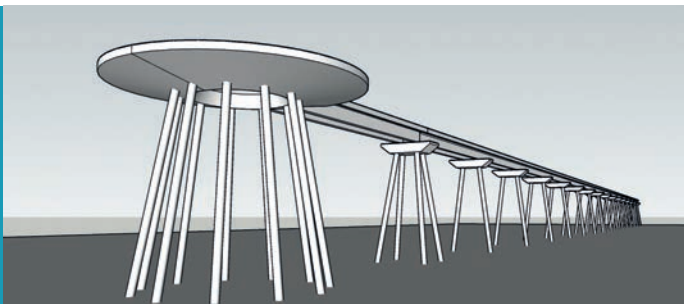
COM ES VOTA?

A través de
<https://bit.ly/3zzDt5G>

Escaneja i vota:



El dissabte 25 de juny, d'11 a 13 h, hi haurà una carpa al pont del Petroli amb ordinadors per votar en línia



MODEL 1:

AQUEST MODEL SE SUPORTA EN UNA CONSTRUCCIÓ DE PILONS SEMBLANT A L'EXISTENT I PROPOSA UNA OBERTURA EN EL CENTRE.

LA SUPERFÍCIE DE LA PLATAFORMA ÉS DE 132 m²



MODEL 2:

AQUEST MODEL SE SUPORTA AMB UN FONAMENT SUBMERGIT DEL QUAL EMERGEIXEN DUES COLUMNES DE 2 METRES DE DIÀMETRE.

LA SUPERFÍCIE DE LA PLATAFORMA ÉS DE 130 m²

130 anys del tornado mortal a Badalona



Imatges de com va deixar el cicló la localitat badalonina.

Ciutat | Redacció

Una tarda de dimecres de fa 130 anys, Badalona s'enfosquia amb un cel tapat i començaven les fortes ratxes de vent, deixant un panorama desolador, amb trencadisses de cases, teulades i una bona pila de parets enderrocades. A més de tot el conjunt de destrosses en moltes cases i en el mobiliari urbà, l'emblemàtica fàbrica de l'Anís del Mono, també va patir una sèrie d'importants desperfectes. Data destacada quan el dia 15 de juny de 1892, un tornado va arrasar bona part de la ciutat de Badalo-

na. La tarda d'aquell dimecres 15 de juny, un fort tornado va passar per la localitat, deixant un elevat nombre de ferits, diferents danys materials i tres víctimes mortals. El cicló va ser dels més recordats, ja que va deixar cops de vent superiors als 180 km/h, considerats de categoria F2. Les zones més afectades pels desperfectes d'aquella potent tempesta que va passar per la zona de Badalona, deixant considerables destrosses, van ser les àrees de les fàbriques que hi havia a prop de la vora de la mar.

El col·lectiu Sense Places Bdn va organitzar un nou acte de protesta el passat dijous dia 16 de juny. En aquesta nova mobilització, es va reivindicar a Serveis Territorials unes garanties perquè totes les famílies afectades disposin d'una plaça a l'escola pública de la localitat badalonina.



Detinguda una persona per robar en una furgoneta a Sant Roc

La matinada del dia 15 de juny, la Guàrdia Urbana de Badalona va detenir a una persona que estava robant en una furgoneta al barri de Sant Roc. Els fets van passar, sota el pont de l'autopista C-31, concretament, al carrer Vélez Rubio.

Atropellament greu al carrer Anna Tugas

El passat dimarts 14 de juny, un noi jove de 17 anys, va ser greument atropellat al carrer Anna Tugas. El noi estava jugant entre uns contenidors i va ser atropellat per un vehicle. Va patir greus lesions a la cara, concretament a les cel·les i a la boca. Va ser traslladat immediatament a Can Ruti en estat greu.

Detingut l'autor de 8 robatoris a diferents benzineres

El passat dia 10 de juny, els Mossos d'Esquadra van detenir a un home de 43 anys com a presumpte autor de vuit robatoris amb violència i intimidació, a diferents benzineres de les localitats de Badalona, Barcelona i Sant Adrià. L'home va passar a disposició judicial, on posteriorment el jutge va determinar el seu ingrés a la presó.



RESPECTEM EL
MOBILIARI URBÀ

RECOLLIU LES DEIXALLES
I DIPOSETEU-LES ALS
CONTENIDORS

NO INTRODUÏU PETARDS
DINS D'OBJECTES.
LES CONSEQÜÈNCIES
SÓN PERILLOSES

NO ENCENGUEU
PETARDS A LA VORA
DE ZONES ARBRADES,
BALCONS I A L'INTERIOR
DELS HABITATGES

RECORDEM QUE EL
LÍMIT D'HORARI PER
OCUPAR LA PLATJA
DURANT LA REVETLLA
DE SANT JOAN SERÀ
LES 5.30 HORES

SI DETECTEU ALGUNA
SITUACIÓ DE RISC DE
FOC TRUQUEU AL 112

NO LLANCEU MATERIAL
PIROTÈCNIC A MENYS
DE 500 METRES DE
ZONES BOSCOSES.

VIU LA REVETLLA DE SANT JOAN

CUIDEM LA CIUTAT
SEGUIM ELS CONSELLS DE SEGURETAT I CIVISME



Les famílies sense plaça pública encara no han rebut resposta

Serveis | Redacció

En el marc del Dia Mundial dels Mars i Oceans, que es va celebrar aquest passat dimecres 8 de juny, des de l'Ajuntament de Badalona es va impulsar la campanya "El mar comença aquí, no hi llencis res", que vol conscienciar a tots els badalonins i badalonines sobre la necessitat d'evitar que es llencin residus als embornals del carrer, ja que aquests acaben arribat a l'aigua i contaminant tot el litoral. La iniciativa consisteix en la instal·lació d'unes plaques amb la inscripció "El mar comença aquí, no hi llencis res" al costat de 60 embornals de carrer distribuïts per tots els districtes de la ciutat. El disseny de les plaques incorpora la imatge d'un dofí inspirada en el mosaic romà de la Casa dels Dofins i posa èmfasi en la relació que Badalona ha tingut amb el mar al llarg de la seva història. La campanya vol evidenciar la connexió existent entre els residus flotants que es troben a les platges i al mar i aquells residus que s'abandonen a la via pública o s'introdueixen directament en els embornals, encara que aquests estiguin allunyats de la costa.



Imatge de la campanya "El mar comença aquí, no hi llencis res"

Un exemple dels residus que acaben arribant al mar habitualment per la dificultat de depurar-los són les puntes de cigarreta, els papers petits o tota mena de microplàstics. La regidora de l'Àrea de Medi Ambient i Sostenibilitat, Rosa Trenado, va insistir en la importància "d'entendre i ser conscients de l'impacte que poden provocar algunes accions quotidianes sobre el medi ambient". "El problema de les deixalles marines és cada dia més greu i és molt necessària la sensibilització de la ciutadania per a poder aturar els danys que causen accions que podem creure que són irrellevants", va concloure Trenado.

Campanya responsable pel benestar dels animals de companyia

Badalona va posar en marxa una campanya d'informació i de conscienciació per promoció la tinença responsable dels animals de companyia a la ciutat. Sota l'eslògan "depèn de tu", es pretén potenciar els comportaments cívics i responsables dels veïns i veïnes de Badalona que tenen un animal de companyia.

"D'oli a la pica, ni mica!" guanya el XIII Premi Europeu de Prevenció Residus

La campanya "D'oli a la pica, ni mica!", que es va impulsar des de l'Ajuntament de Badalona amb el suport de l'agrupació de restaurants La Forquilla de la ciutat, va rebre la distinció de millor acció de prevenció en la categoria d'Administracions Públiques del Premi Europeu de Prevenció de Residus, que es va lliurar a Brussel·les.

Activitat solidària al Parc de Can Solei i Ca l'Arnús

La Creu Roja i Mindful BDN han organitzat una activitat solidària a l'aire lliure que es farà el dissabte dia 2 de juliol, a les 9:45 hores, al Parc de Can Solei i Ca l'Arnús. L'activitat es tracta d'una jornada de Chikung i meditació, amb capacitat per a 50 persones.

Ibai Llanos arriba a Badalona amb la Velada del Año II

Aquest dissabte dia 25 de juny, el reconegut streamer Ibai Llanos farà el seu espectacle "La Velada del Año II" a l'Olimpí amb totes les entrades esgotades. S'espera que arribin a Badalona al voltant d'unes 12 mil persones i, a més a més, no hi ha habitacions lliures als hostals o hotels de la ciutat.





SOM

- ▶ Innovació
- ▶ Excel·lència
- ▶ Responsabilitat



menarini.es

Arriba l'Estiu Jove de Montgat i Tiana

Estiu | Redacció

Les noies i nois de Montgat i Tiana que vulguin passar un mes de juliol entretingut i ple d'aprenentatges poden inscriure's a l'Estiu Jove, organitzat per les regidories de Joventut d'aquests dos municipis. Els joves que s'hi inscriueixin podran gaudir de tres setmanes d'activitats culturals, lúdiques i educatives per fer passar la calor i gaudir de les vacances escolars. Les activitats estan programades del 4 al 22 de juliol a Montgat i Tiana, i faran diferents activitats com ioga a la platja per fer treball corporal, activitats artístiques, tallers de pintura, sessions per aprendre



a generar contingut creatiu a les xarxes socials, formació laboral per aprendre a fer un currículum, anglès dinàmic i classes de reforç. L'Estiu Jove també ha programat tres sortides coincidint amb els primers dilluns de cada setmana de juliol, una a Port Aventura, el dia 4 de juliol, una al Boting l'11 de juliol i, final-

ment, al ClimBdN el dilluns 18 de juliol. Les inscripcions a totes les activitats s'obriran del 7 al 23 de juny. Per inscriure's a les activitats de l'Estiu Jove s'haurà d'enviar un full d'inscripció a pij.montgat@montgat.cat, si es fan a Montgat, o a pij.tiana@diba.cat, si són els que es fan a Tiana.

Pla d'Igualtat de Gènere de l'Ajuntament de Tiana

Tiana | Redacció

El ple municipal de l'Ajuntament de Tiana, va aprovar les noves bases per a les subvencions a les entitats esportives amb la novetat de la clàusula de la igualtat entre dones i homes. Amb tot, a partir d'ara serà un criteri més de valoració. Se suspesarà l'adhesió de les entitats esportives al Pla d'Igualtat de l'Ajuntament de Tiana. En la documentació que

s'adjunta amb les bases, les entitats hi trobaran una declaració responsable amb la qual s'adheriran al Pla d'Igualtat. Dins d'aquest document, les associacions agafaran el compromís de fomentar la igualtat dins de les seves juntes directives i la seva estructura esportiva. Cada entitat serà lliure d'adherir-se o no, però des de l'Administració s'ha destacat que la no adhesió pot donar com a resultat una

menor puntuació i, per tant, un menor import de la subvenció. L'altra novetat que s'ha introduït en l'articulat, és tot allò que fa referència a la protecció de dades de caràcter personal i el seu tractament. La quantitat per a les subvencions de les entitats esportives es manté en 25.500 euros. Des de l'administració, el regidor d'esports, Albert Sales, va destacar que "l'objectiu que perseguim és integrar la perspectiva de gènere que permeti avançar en el compromís de la corporació municipal d'incorporar, de forma transversal, el principi d'igualtat entre dones i homes també pel que fa als ajuts, subvencions i contractes que realitza. L'esport és cosa de tots i totes. L'esport no té gènere".

Un camió va quedar atrapat, novament, en un pas subterrani de Badalona. En aquesta ocasió, va passar al pas de l'Avinguda Martí Pujol. El camió hauria entrat al pas amb part de la seva estructura aixecada.



App MILLOREM BDN

**Informa'ns si trobes
mobles o trastos
abandonats al carrer
que no estiguin al
costat dels contenidors.**

**Infórmanos si
encuentras muebles
o trastos abandonados
en la calle que no
estén al lado de los
contenedores.**



**Descarrega gratis
l'aplicació en el teu
dispositiu**

**Descarga gratis la
aplicación en tu
dispositivo**



Ajuntament de Badalona

La setmana en imatges

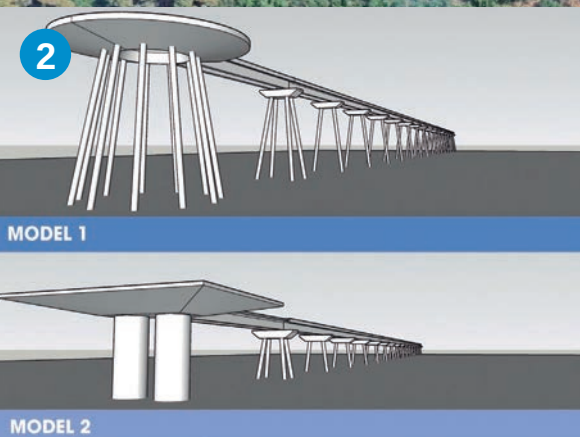
- 1| Incendi a la Serralada de Marina
- 2| Les dues opcions del futur Pont del Petroli
- 3| Les catifes fetes pels catifaires durant el Corpus
- 4| El juvenil del CF Badalona, campió de Catalunya

Fotos: @agentsruralscat, @cal_andal, @FCF_CAT

1



2



3



4



FUNDACIÓ

bdncapac



**Ets familiar d'una persona
amb discapacitat intel·lectual
i necessites
suport d'acompanyament?**

Programa de conciliació familiar

**Truca'ns o envia'ns un correu
i t'informem del nostre servei!**



617 497 994



suportfamilies@badalonacapac.org

Segueix-nos a:



@bdncapac

COINTEGRA

C/ Juli Galve Brussons, 108-124

08918 Badalona

Telèfon 934 607 722

www.bdncapac.cat

Esports

Andrés Feliz, verd-i-negre fins al 2025

Bàsquet | Manel Expósito

El base del Joventut Andrés Feliz, un dels jugadors revelació de la temporada a la Lliga Endesa, ha renovat el seu contracte amb la Penya fins al 2025, dues temporades més que el lligam vigent fixat amb el Club. Feliz va arribar a Badalona l'estiu passat procedent del CB Prat de LEB Plata i la seva adaptació i creixement al Joventut ha estat absolutament excel·lent. De menys a més protagonisme i de menys a més minuts i aportació a pista. Amb unes estadístiques de 7'4 punts i 1'8 assistències, el base de Guachupita ha tingut grans partits aquesta temporada, com els 21 punts en la victòria contra el Barça,



els 28 punts al Nou Congost o els partits de Playoff contra el Lenovo Tenerife (16 punts

al tercer i definitiu) i el Barça (12 punts i 6 assistències en la victòria al Palau Blaugrana).

El Badalona vol mantenir-se a Segona RFEF

El CF Badalona segueix lluitant perquè el primer equip escapulat es pugui quedar a Segona RFEF. Una sentència que no es coneixerà fermament fins al proper dijous 30 de juny, quan la RFEF confirmi quin club es queda la plaça que deixa vacant la UD Extremadura. La UD Águilas és el gran rival badaloní que també aspira a aquesta plaça i que pertany a la mateixa demarcació que l'Extremadura.

Des dels mitjans locals, asseguren que la plaça vacant podria tenir un valor de 700.000€. La RFEF haurà de recollir la informació dels equips interessats i es farà públic a finals de la setmana que ve. D'altra banda, el Badalona també espera que el TAD doni la raó al Badalona amb l'alineació indeguda de l'Europa i sigui una nova via per mantenir la categoria i no baixar a Tercera RFEF.



Pluja d'ascensos al bàsquet badaloní

El bàsquet badaloní ha viscut un gran any d'ascensos després de concloure l'Assemblea de l'FCBQ. La Minguella ha pujat a Copa

Catalunya, la Minguella B, la Llefià, el Natzaret i l'ABB a Primera masculina i el sènior femení de Casagemes també ha tornat a Primera Femeni-

na. El Sant Josep seguirà a Copa Catalunya després de permutar la seva plaça de Primera amb l'Escolapis Sarrià.

NITS AL PORT DE BADALONA 2022

TOTS
ELS CAPS
DE SETMANA
DE JULIOL!



Tria les millors experiències,
des de les 19.00 h a la 01.00 h.

36 ESPECTACLES,
FOODTRUCKS, MARKETS,
ACTIVITATS INFANTILS,
ZONA CHILLOUT...



INFANTS FINS A 10 ANYS, GRATUÏT! / ENTRADES A PARTIR DE 10 €.

PROGRAMACIÓ I ENTRADES A:
www.nitsalportdebadalona.com

ORGANITZA



Ajuntament de Badalona

COL·LABORA



FA 10 ANYS ERA NOTICIA ►

S'inaugura el Passeig Marítim de Badalona

Badalona ha viscut l'acte d'inauguració del nou Passeig Marítim, tram que va des del carrer de Mar fins al Port. Es tracta d'un projecte que ha transformat urbanísticament el front marítim de la ciutat. La seva construcció ha suposat una inversió de 9.483.000 euros per part del Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente. El nou Passeig Marítim té una extensió de 1.200 metres i presenta dues tipologies de paviment,



una de formigó a la zona interior propera a l'àmbit urbà i una altra de fusta, en contacte amb la sorra. El projecte ha inclòs la construcció de diverses passarel·les d'accés a la platja des del Passeig. El tipus

de fusta que s'ha instal·lat és d'una qualitat superior a la que inicialment s'havia previst i s'ha ampliat la zona de pavimentació. També s'ha modificat el tipus d'arbrat i s'ha incorporat un carril bici.



lepetitcolibri
Cristina | Le Petit Colibri
<https://www.lepetitcolibri.com/>

#TOTBADALONA A INSTAGRAM ►

Etiqueta les teves fotos de Badalona, Montgat i Tiana amb l'etiqueta #totbadalona. Cada setmana triarem una imatge a la nostra secció.

E Coneixent a la gent de Badalona, igual no és una bona idea posar un forat al mig del Pont del Petroli
[@Laauraaa1997](#)

Ara que ve l'Ibai hem de fer un Pont de Petroli 'xulo', clar!
[@ennooc](#)

I si reparem d'una vegada la piscina municipal que deixa nens sense poder fer l'activitat cada 2x3 en comptes d'arreglar un pont que no porta enlloc i cau cada vegada que hi ha temporal?
[@jenanaya84](#)



EL PERSONATGE ►

La badalonina Lúdia Heredia, nova corresponsal de TV3 a Washington

Lúdia Heredia agafa la corresponsalia més important de TV3: la de Washington, als Estats Units. A partir de la tardor, Heredia, actual directora i presentadora del programa "Els matins", substituirà Xesco Reverter, que ha cobert les informacions dels Estats Units des de l'any 2017. Lúdia Heredia s'ha endut la plaça després d'un procés de selecció intern dins de la CCMA. Nascuda a Badalona el 1971, la periodista va començar la seva carrera a Ràdio Ciutat de Badalona el 1989. Va passar per Ràdio Barcelona, Onda Rambla, l'Avui, Canal+ i Tele5 abans d'incorporar-se a TV3, el 2000. La seva primera feina a TV3 va ser com a reportera del programa "En directe", un programa al qual han seguit molts projectes com a directora i presentadora, com el debat ciutadà "Banda ampla". També



ha presentat els programes de Nous Formats "Lletra petita" i "Collita pròpia". Als Serveis Informatius, a més d'haver presentat el "TN migdia" i el "TN vespre", va participar en la posada en marxa del canal 3/24.

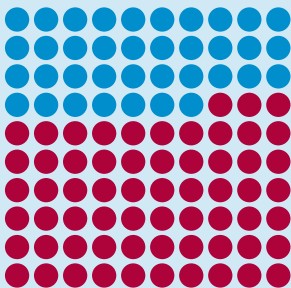
ENQUESTA ►

Via Twitter @totbadalona

Et molesta la música dels festivals d'estiu que es fan a Barcelona i al Fòrum?

Sí 37%

No 63%



486 vots

Pròxima pregunta:

Quina opció de disseny del Pont del Petroli t'agrada més?

Model 1

Model 2

TOT Badalona
17 de juny a les 10:27 qh

Nova flota d'autobusos metropolitans sostenibles que donen servei a Badalona.
<https://tot.jy/3On3QA0>



ELTOTBADALONA.CAT

Nova flota d'autobusos metropolitans sostenibles que donen servei a Badalona
Més de 300 nous vehicles arribaran durant els pròxims mesos i s'espera que de cara al 2023, m...

HO HEM VIST AL FACEBOOK DEL TOT ►

Toni Bernal: Els 22 cotxes presentats a Sant Boi eren per a Badalona, però, abracadabra, se'ls retiren les calques i se'ls posen unes altres i per Sant Boi. Aquí amb vehicles amb més de 15 anys. De 30, només n'arriben 8.

Miguel Nieto: Doncs a veure si canvien la flota de camions de la neteja, que tenen més anys que els balcons del pal. Alguna cosa més sostenible i ecològica.

Maria Antonia Martínez: Poseu un d'aquests per cobrir el trajecte de Coll i Pujol. Tenim els pitjors autobusos i un barri amb molta gent gran.

Cultura

El Circ Raluy Legacy presenta "In Art we trust" a Badalona

Espectacle | Redacció

El pròxim dia 30 de juny, arriba a Badalona el nou espectacle del Circ Raluy Legacy, que porta com a nom "In Art we trust". En el nou show, la família Raluy ens presenta la seva producció més visual i sorprenent que ha creat fins al dia d'avui. L'espectacle estarà ubicat a la plaça Francesc Macià de Badalona, i es podrà veure a partir del dijous dia 30 de juny, fins al dilluns 11 de juliol. Un fascinant Show amb reconeguts artistes internacionals, una exclusiva i singular producció que desplega tot el seu art i el "savoir faire" de la família Raluy amb un objectiu clar: viure, sentir i compartir aquest art tan singular que pot aportar el circ. El conjunt de la família Raluy, presentarà "In Art we trust", un sorprenent espectacle sense precedents que transportarà a tots els assistents a la més pura essència del circ, quan la sorpresa i l'emoció fascinaven al públic, deixant-se impressionar per tot el conjunt d'exhibicions de la companyia. Amb aquesta producció, el Circ Raluy, ha volgut retre un homenatge a l'art amb el qual viuen i confien des de fa més de cent anys les sis generacions de la família, tal com destaca la codirectora del Circ, Louisa Raluy.



Aquesta nova proposta és una de les produccions més visuals i sorprenents que la família del Circ Raluy ha creat fins ara com ara. A més de l'espectacle que ofereix el circ, la nova escenografia combina moltes tècniques on es troben diferents mons i disciplines artístiques. Aquesta nova producció compta amb tot un seguit d'artistes com Els Triplets, uns Trapezistes que faran volar a tot el públic, la màgia de Rodrigo Tolzen que farà creure en l'impossible, un número de suspensió capilar on Eva Swartset, penjada només pel cabell, fascinarà a grans i petits. A més, també hi haurà l'actuació del Sian, una singular malabarista de



l'Índia que fa malabars amb diferents objectes, però amb els peus, es tornarà a gaudir de Dimitri, un estrany presentador i autèntic showman que completa una actuació de dues amb el seu gran espectacle. I, finalment, també participen en el show, Bigotis i Pietro, amb el seu número de risc. Continuant amb la idea de facilitar l'accés a la cultura, la companyia continua amb la iniciativa "Happy-Friday", amb un 50% de descompte per famílies nombroses, monoparentals, discapacitats, carnet jove i jubilats per tots els divendres. Es podran comprar les entrades per fruit del Circ Raluy Legacy a taquilla o al web www.circoraluy.com.

TOT

Dipòsit Legal:
B 11724-2015
Núm. 277

Distribució Gratuïta a Badalona. La Revista TOT Badalona no es fa necessàriament responsable del contingut dels articles, opinions i missatges comercials inclosos en la revista.

651 976 517 · comercial@totbadalona.com

Cryptshow 2022, 16a. edició

Cinema | Redacció

Espectacle de cinema a Badalona, per presentar la setzena edició del Festival Cryptshow, que arriba els dies 1, 2, 8, 9 i 10 de juliol, es reivindica amb joia la força de l'Amor, des de la seva versió més carnal fins a la concepció platònica, l'any que de mica en mica sortirem de la pandèmia i després d'una crisi que ens ha obligat a tancar-nos en (i amb) nosaltres mateixos. El Cryptshow és un festival de terror, fantasia i ciència-ficció, que té l'objectiu de reivindicar els valors artís-



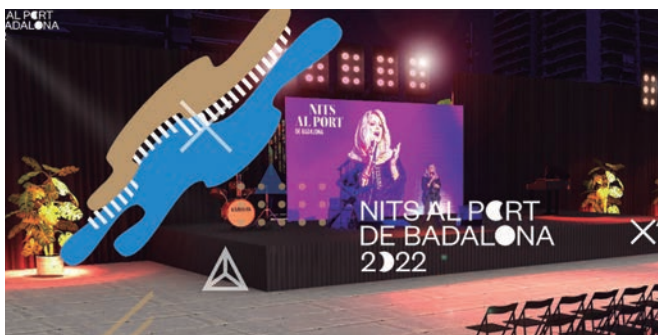
tics i culturals del gènere, a més de promoure i donar suport a artistes novells i treure a la

llum el treball d'autors que han estat oblidats per la premsa i la indústria.

Nits al Port de Badalona

Música | Redacció

El passat dijous 16 de juny, es va fer la presentació del festival Nits al Port de Badalona. Aquesta desena edició del festival comptarà amb 36 espectacles diferents durant tots els divendres, dissabtes i diumenges del mes de juliol. El festival s'inaugura el divendres 1 de juliol, amb el concert de La Chica de Ayer, una banda tribut al pop-rock dels anys 80 i 90, i finalitzarà el diumenge 31 de juliol. Un dels plats forts d'aquesta edició és l'actuació de Los Vivancos, el famós grup de flamenc de prestigi internacional. A més, i com ja és tradició, els assistents podran gaudir de la tradicional dansa, sota la direcció artística de Marisa Yudes, amb joves figures catalanes, com Pau Pujol o Salvador Martínez, entre molts d'altres, que triomfen a les companyies



més importants del món com la Philadelphia Ballet, l'Òpera de Poznan o el Korpo Dance Project. Aquesta desena edició destaca per comptar amb una oferta lúdica i musical molt diversificada amb espectacles de salsa, rumba o havaneres, així com un recorregut per la música més rellevant dels anys 80 i 90 amb les actuacions de grups de tribut de renom que cantaran les cançons més mítiques d'U2,

Tina Turner, Eric Clapton o Dire Straits. A més de l'àmplia oferta musical, una de les novetats d'aquesta 10a edició és l'aposta pels espectacles d'humor, amb els monòlegs de Carlos Pozo, Sergio Marín, Javier Benítez i Carlitos humorista. També hi haurà espectacles pensats per als més joves, amb DJ cada nit, i actuacions infantils pels més petits amb els Grimpallunes o els Trencamandres.

Agenda

BADALONA

23 DE JUNY

La Flama del Canigó – La Flama, el Foc de la Llengua. A les 18 hores, arriba de la Flama a la plaça de la Vila. La Confraria de Sant Anastasi de Badalona serà l'entitat l'encarregada aquest any en llegir el manifest de la festa.

Concert del grup La Central, versions pop-rock a la sala Sarau08911. Des de les 23:59 fins a les 02:00 hores. Preu de 12 euros.

24 DE JUNY

Medina Azahara, reconeguda com una de les agrupacions més emblemàtiques de l'anomenat rock andalús, presentarà a la cinquena edició del Festival de Música Gran Sol la seva gira Llegó el día. A les 21 hores a l'amfiteatre del parc del Gran Sol. Entrada gratuïta.

25 DE JUNY

Tribut a l'Oreja de Van Gogh amb Son de Rosas, a la sala Sarau08911. Des de les 23:30 fins a les 01:30 hores. Preu de 15 euros.

26 DE JUNY

De l'òpera al musical – Concert del Centenari a l'Orfeó Badaloní. Amb motiu del centenari d'OB l'Ateneu, les corals de l'entitat es retrobaran a un concert per representar òpera clàssica i moderna d'una ma-



Tribut a l'Oreja de Van Gogh amb Son de Rosas

25 de juny a la sala Sarau 08911

nera molt especial. Al Teatre Zorrilla a les 19 hores.

27 DE JUNY

Torna l'Estiu Cultural a la Plaça!, amb la Rotllana. Es farà al Parc de l'Escorxador durant tot el dia. L'entrada serà gratuïta.

DEL 27 AL 30 DE JUNY

Inscripció dels cursos de català de juliol al CNL de Badalona i Sant Adrià. Seran gratuïts i es faran en diferents espais. El Consorci per a la Normalització Lingüística ofereix 174 cursos

intensius de 45 hores per començar a aprendre català des dels nivells inicial i bàsic.

28 DE JUNY

Lectura dramatitzada: «Això serà un èxit», de Ramón Pons i Fanny Ferran i «Guix», de Gerard Bidegain. El Cicle de teatre a cau d'orella, organitzar per l'associació Amics del Teatre Zorrilla. A l'Espai Betúlia, amb preu a consultar i a les 19 hores.

Club de lectura del llibre "Canviar de pell" de l'Aina Gatnau a Saltamartí Llibres. A les 19 hores a Saltamartí llibres.



TANATORI DE **BADALONA**

**Confiança, proximitat
i professionalitat,
al vostre servei.**

Atenció 24h.
93 497 0 497
Tanatori de Badalona



S E R V E I S F U N E R A R I S

Barcelonès, Maresme i Baix Llobregat

Oficina del Centre
93 807 36 45

C/Francesc Layret, 84
Laborables: de 9:30 h a 18:00 h

2 hores
PÀRQUING GRATUÏT
per a tràmits en l'oficina del centre



Tendències

**Per fi a l'aire! Propostes
i cures per a uns peus
bonics i sans**

LavaKan
SPA PER MASCOTES
AUTOSERVEI SENSE CITA PRÈVIA

Xampús vegans
Andiroba repel·lent
Ozonoteràpia

Uneix-te al nostre Club i
gaudeix de grans descomptes

La higiene de la teva mascota és vital per a tota la família.

OBERT 365 DIES DE 8H-22H
Carrer de Sagunt, 128, 08912 Badalona

SI NECESSITES AJUDA TRUCA AL:
613.157.025
@LavaKan.Badalona

bellezaactiva.com - amic.cat

Ha arribat el seu moment. Per fi els nostres peus deixen la cova de les sabates tancades i diuen 'hola' al món, disposats - com ho estem totes - a gaudir de l'estiu. Nosaltres t'ajudem amb la seva posada a punt, explicant-te quines són les cures per a

**Torna la depilació sense cita.
T'esperem al nostre cente Estètic**

*Promoció
obertura*
AMB LA DEPILACIÓ
COMPLETA, MANICURA
I PEDICURA
Un facial Chic
de regal

Estètic

C/Conoge Baranera, 93 Horari de: dilluns a divendres 10 a 20 · dissabtes de 9 a 15

peus que no pots passar per alt. Cal dir que, qui hagi fet els deures durant la resta d'any, tindrà el treball gairebé fet. Però que no s'estengui el pànic, després de llegir aquest article hi haurà peus bonics i sans per a totes. De fet, cuidar d'ells no ha de ser una cosa tediosa, sinó que pot convertir-se en un moment de relax i plaer. Pren nota i no deixis d'acaronar-los!

Els principals focus d'atenció

Calls, dureses i talons esquerdatos... són els principals enemics d'uns peus suaus i bonics a l'estiu. La falta d'hidratació, produïda per una major exposició a

factors externs, també pot danyar-los i ressecar-los. Per a evitar-ho, segueix aquests senzills passos:

- Una vegada per setmana, exfolia els teus peus utilitzant un producte específic per a la seva cura. D'aquesta manera, aconseguiràs que l'aplicació de la resta de productes sigui més efectiva. Alguns remeis casolans que també funcionen bé són el suc de llimona i el bicarbonat de sodi.
- Empra un raspador o una lima de pedicura per a llimar les zones amb dureses i els talons.
- Pots introduir els teus peus en aigua tèbia durant

uns deu minuts perquè les dureses s'estovin i sigui més fàcil eliminar-les. Això sí, no oblidis assecar bé la zona per a eliminar la humitat.

- Hidrata els teus peus diàriament i, una vegada per setmana, regala'ls un tractament intensiu amb màscares nutritives i reparadores. Funcionen molt bé aquells productes formulats amb urea, llards i olis.

- Un bonic esmalt d'ungles posarà el fermall d'or a la teva rutina de cura.

Altres cures per a peus durant l'estiu

Les altes temperatures i les llargues caminades, la



L'Estanc de Canonge us desitja una bona revetlla i un feliç Sant Joan!!

- Cava Cigars
- Especialistes amb Shishas
- Articles fumador i parafernalia
- Tracte personalitzat i familiar

Canonge Baranera, 100 · Tel. 933 843 909

lestancdecانونge@gmail.com

 [@lestancdecانونge](https://www.instagram.com/lestancdecانونge)



humitat, la suor i portar un calçat inadequat són factors que poden provocar un altre

tipus de problemes que hem de tractar durant l'estiu. És el cas dels peus cansats, la

mala olor o els fongs en les ungles i també cal tenir-ne cura!

DIUMENGE

26

JUNY

OBRIM

BadaCentre

REBAIXES

col·labora:





**¡REGALO SESIÓN
AURICULOTERAPIA!**

D'Lucanni

La solución definitiva

**TÉMPERE
FORTE**

**5 SESIONES
225€**

(Precio de la sesión
individual 50€)

LIPOESCULTURA EXPRÉS
TECNOLOGÍA ULTRASÓNICA
CAVIT

Un concepto nuevo para
vencer definitivamente la
celulitis y la grasa localizada

VEN Y TE HAREMOS
UN DIAGNÓSTICO
GRATUTO

Armoni
CENTRE DE BELLESA I SALUT

C/ Roger de Flor, 98 Badalona
93 383 14 88 info@armoni.es
www.armoni.es

Granissat de llimona

Eva Remolina - amic.cat

El granissat de llimona és una beguda molt refrescant per als mesos d'estiu, lleugera, sense gaires calories, fàcil de fer i molt econòmica.

Els ingredients per a 4 persones:

- 4 llimones
- 750 ml d'aigua
- 200 g de sucre (orientatiu, dependrà del gust de cadascú)
- 1 refresc de llimona amb gas.

Preparació:

El primer que farem serà rentar bé una de les llimones i ratllar la seva pell, anant

amb compte de no ratllar la part blanca, ja que aquesta ens donarà amargor.

A continuació, tallem unes rodanxes de llimona per a les decoracions finals dels gots.

La resta de llimones, les espremем.

En un bol, hi posem tots els ingredients: el suc, la ratlladura, el sucre i l'aigua. Ho remenem tot molt bé per tal de dissoldre el sucre el màxim possible.

Tapem el bol amb un film transparent i el portem al congelador per a aconseguir la textura gelada que volem. Transcorreguda una hora, i just abans de cristal·litzar,

ho traurem i remourem de nou tot per a tornar a barrejar bé el sucre, que s'haurà anat dipositant al fons.

Tornem a tapar amb el film i tornarem a portar al congelador per una altra hora més. Traiem, i procedim de nou a remoure.

Aquesta vegada tornarem a tapar i portarem al congelador per última vegada.

Quan estigui llest, deixarem a temperatura ambient durant almenys 30 minuts, removem i servim en gots.

Abans de servir però, adornarem amb les rodanxes de la llimona, una canya i opcionalment, podrem col·locar unes fulles de menta.

Orxata de Xufla casolana

Eva Remolina - amic.cat

L'orxata és un batut d'origen vegetal elaborat amb xufles, sucre i aigua. És una de les begudes fresquetes que més ve de gust a l'estiu i a més és molt fàcil de preparar.

Els ingredients, per a un litre d'orxata són:

- 250 g de xufles (preferiblement que siguin valencianes).
- 1 litre d'aigua.
- 100 g de sucre de llustre o sucre blanc.

Preparació:

El primer que caldrà fer és deixar les xufles en remull des de la nit anterior.

El mateix dia de la preparació, les rentarem i escorre-



rem. En una batedora, picadora o robot de cuina les triturarem al costat de mig litre d'aigua fins que quedin com una pasta densa (de la textura aproximada del pa ratllat). Colarem l'aigua, i

les triturarem de nou amb la resta de l'aigua. Al líquid resultant, li afegirem el sucre, remourem bé i ho ficarem a la nevera perquè es refredi. Servirem acompanyada d'uns deliciosos fartons.



**ROSTISSERIA
POLLASTRES A L'AST
MENJARS PER EMPORTAR-SE**

Obert de dilluns
a diumenge
de 10h. a 15.30h.



**RECOMPENSEM LA TEVA FIDELITAT AMB UN
MENÚ GRATUÏT**

Canonge Baranera, 121 **93 464 19 76 (ENCÀRRECS)**

Segueix-nos al  Facebook  Instagram

Normes per a conductors novells: assegurant un bon inici

circulaseguro.com - amic.cat

Evita les distraccions i no usis el mòbil ni cap altre dispositiu. Es considera conductor novell a aquell que té el permís de conduir des de fa menys d'un any. Des del punt de vista teòric, aquests conductors tenen uns coneixements més recents que molts altres conductors amb anys de rodatge. Però ja se sap que l'experiència és un grau i, en aquest cas, encara ho és molt més.

La inexperiència d'aquests conductors es tradueix generalment en dificultats provocades, sobretot, per

la falta de decisió. Per això, la llei marca una sèrie de limitacions que tots ells han de complir. No fer-ho implica incórrer en una infracció.

Normes bàsiques:

Obligatori portar la "L": és la manera d'identificar a un conductor novell. La seva comesa és advertir a la resta dels conductors que estiguin atents i prenguin precaucions enfront dels possibles errors que pugui cometre el principiant.

Límit d'alcohol: encara que la DGT recomana no beure

alcohol si es conduirà, el topall establert d'alcohol per als conductors novells és de 0,30 grams per litre en sang.

Punts del carnet inicials:

els conductors novells parteixen solament amb 8 punts del permís de conduir. Sense infraccions, 8 anys després tindran els 15 punts, adquirint-los de manera gradual.

Límits de velocitat: des de 2011 els conductors novells ja poden anar a la mateixa velocitat que els altres vehicles de la via.



Si t'estàs estrenant al volant, es recomana que respectis sempre les normes, ja que estan fetes per a la seguretat de tots els usuaris de les vies, i, en particular, que paris esment als límits de

velocitat i mai t'oblidis de la importància de mantenir la distància de seguretat amb la resta dels vehicles. Evita les distraccions i no usis el mòbil ni cap altre dispositiu que pugui desviar la teva atenció

de la conducció. Mantenir la concentració et permetrà anticipar-te als imprevistos que puguin sorgir en la carretera. Pren sempre decisions adequades; conduir és decidir.

Taller de Reparacions

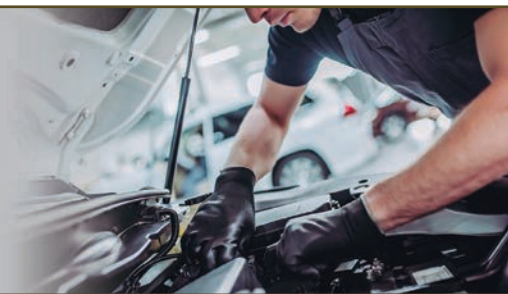
Badauto



Horarios: 8,30 a 13h. · 15,30 a 19h.

C/ Jovellar, 18-20 | Rbla. de Sant Joan, 139

T. 93 384 11 52





La música a tot volum danyen les teves oïdes

Consumer/eroski.com - amic.cat

La pèrdua d'oïda prematura és un problema real, irreversible i cada vegada més estès. Sobretot, entre la població més jove. Segons l'OMS, més de 1.100 milions de nens i joves entre 12 i 35 anys en el món estan en risc de sofrir pèrdues d'audició a causa dels nivells excessius de soroll. I és que 360 milions de persones en el món sofreixen discapacitat auditiva profunda i moderada. El 50% dels casos de pèrdua d'audició en joves es poden prevenir si

es redueix la seva exposició a sorolls forts. El 40% està exposat a nivells excessius de soroll en discoteques, bars i esdeveniments esportius. I el 50% escolta els seus dispositius electrònics amb un volum superior al recomanat. A més decibels, menor és el temps que l'oïda ho pot suportar. Un so superior a 85 dB suposa un risc de pèrdua auditiva si es repeteix durant molts minuts. Així, el temps màxim tolerable per a la nostra salut depèn del nivell de decibels. Per a cuidar la

nostra oïda i prevenir lesions auditives, podem posar en marxa algunes mesures molt senzilles i eficaces. Pren nota d'aquestes quatre:

Fixar el volum dels dispositius a un màxim d'un 60% de la seva capacitat o triar aquells que s'autoregulin.

Limitar el temps d'exposició a activitats sorolloses.

Estar atent als signes de pèrdua d'audició, com xiulets en les oïdes.

Si es detecten símptomes de pèrdua auditiva, cal acudir a l'otorrino.

5 beneficis d'usar protector solar a la cara cada dia

Consumer/eroski.com - amic.cat

Fer servir protector solar cada dia pot ser el secret per a tenir una cara perfecta. Protegeix la teva pell de tots els danys que poden ocasionar els raigs solars prioritant usar protector solar diàriament. Descobreix els beneficis d'aquest important element.

Evita l'aparició de taques.

El Sol pot ser el teu pitjor enemic si t'exposes als seus raigs sense cap protecció, per això et recomanem emprar-lo cada dia en la teva rutina.

Retarda l'envelliment.

Exposar el teu cutis a l'agressivitat dels raigs solars pot marcar les línies d'expressió pel fet que aquests elements provoquen la sequedat en la pell.

Prolonga el bronzejat.

Fer servir protector solar prolongarà el teu bronzejat, ja que evitarà que la teva pell es cremi.

Hidrata la pell.

Apostar per un producte que hidrata la pell és essencial, sense importar si el teu cutis és mixt, gras o sec, així que tria una opció versàtil que s'adapta a les necessitats del teu rostre.

Prevé el càncer.

Les radiacions ultraviolades poden ser les causants del càncer de pell. Encara que existeixen diverses causes, l'OMS ha confirmat que les cremades de tercer grau augmenten el risc de patir-lo, per això l'ús del protector solar és essencial.

El protector facial amb color i àcid hialurònic t'ofereix protecció a la radiació solar bloquejant els raigs UVA i UVB, la qual cosa evita el fotoenvelliment prematur de la pell, coadjuva a la melanina per a evitar danys permanents i aporta nutrients.

MORA CLINICA DENTAL

La teva Clínica Dental Especialitzada.

Actualment anem al “**dentista**” sense valorar que el doctor que ens atindrà està especialitzat amb la patologia que patim. Quan anem al metge sempre busquem un **especialista**: traumàtòleg, endocrí, cardìòleg, pediatra, oftalmòleg. Però quan anem directament al “**dentista**” no valorem si el doctor que ens atindrà està especialitzat amb la patologia que tenim.

No és el mateix, tenir una **càries** a una dent de llet, sentir dolor articular, tenir un problema de mossegada, necessitar treure un queixal del seny o necessitar millorar el nostre somriure.

Saben això, el Dr Javier Mora i la Dra Anaïs Ramírez donen nom a MORA CLINICA DENTAL a la població de Badalona, una **clínica especialitzada multidisciplinar**. A banda de llicenciats en Odontologia, són Màsters Universitaris en Implantologia i Periodoncia, en Endodoncia, Restauradora i Estètica, en Odontopediatria i en Ortodoncia i Ortopèdia Dentomaxil·lofacial.

A nivell Europeu, sols es considera especialista aquells doctors que han realitzat un programa intensiu de 3 anys de duració dedicats exclusivament a una especialitat.

A part dels seus professionals, a destacar la seva **tecnologia, l'escàner 3D 3SHAPE**, capaç d'elaborar mapes dentals amb els quals treballen. Així un dels atractius d'aquesta tecnologia és que comporta una gran comoditat pel pacient, ja que elimina la introducció de resines a l'interior de la boca i evita náusees en nens i adults.

MORA | CLÍNICA DENTAL

935407459

Carretera Antiga de Valencia, 35 Badalona
info@dentalmora.com | [@mora.clinicadental](https://www.instagram.com/mora.clinicadental)



Precaucions a l'estiu per a la dona embarassada

Eva Remolina - amic.cat

El fetus es troba protegit en l'úter matern i resulta bastant difícil que l'afecti la calor o qualsevol conseqüència derivada d'aquest. Només podrien produir-se danys en el cas d'una greu deshidratació de la mare, i encara en aquest cas, seria poc probable que sortís afectat. No obstant això, a la mare sí que l'afecten les altes temperatures (igual que a la resta de població considerada vulnerable com a nens i ancians), per la qual cosa mai està de més seguir uns consells durant l'embaràs quan arriba l'estiu:

- L'aigua ajuda a mantenir el líquid amniòtic en perfecte estat, per la qual cosa com comentàvem a l'inici,

un dels factors principals que han de tenir en compte les dones embarassades és el d'estar ben hidratades. Per aconseguir-ho, s'aconsella beure entre dos i tres litres d'aigua diaris, és a dir, aproximadament un 50% més del que es pren de manera habitual.

- Usar roba lleugera i transpirable com el lli o el cotó i fugir dels colors foscos.

- Els mitjans de transport més segurs durant l'embaràs són el tren i el cotxe. Encara que es pot viatjar amb avió fins a l'últim moment, sempre és millor evitar-lo en els últims dos mesos de gestació.

- Per a evitar la inflor de peus i cames, cal elevar les cames sempre que es pugui quan s'estigui asseguda, no

estar moltes hores dempeus, submergir els peus en aigua freda o fer-se massatges en cames i peus.

- Evitar les hores més calores del dia. A la platja o a la piscina, passar el temps més gran possible a l'ombra o sota una ombrel·la.

- Evitar els menjars i sopars copiosos. És preferible menjar més sovint però bocades més petites. A més, cal augmentar el consum de fruita i verdura, perquè es digereixen bé i a més ens ajuden a controlar el pes durant l'embaràs.

- Caminar diàriament o practicar algun exercici que no impliqui impacte. Entre les activitats més adequades estan el ioga, el Pilates o la natació.

És aconsellable l'esport durant l'embaràs?

Eva Remolina - amic.cat

És freqüent trobar-nos davant el dubte de si és recomanable o no realitzar esport durant l'embaràs. De manera general, podríem dir que la resposta és si, encara que amb unes certes limitacions i precaucions, ja que a més hem de tenir en compte que durant l'embaràs les articulacions tenen més risc de lesió, i també es necessita una major hidratació.

Per exemple, podríem dir que és millor no practicar exercici físic en els següents casos:

- embaràs considerat de risc,
- embaràs múltiple,
- en el cas d'existir avortaments anteriors,
- se sofreix de diabetis, hipertensió o tiroides, entre altres malalties.

També seria aconsellable (per tot tipus d'embaràs), evitar els esports amb riscos de caigudes o cops, com els esports de pilota, la boxa, el submarinisme, l'esquí o l'escalada, a tall d'exemple.

En el cas del running, existeix habitualment controvèrsia i dependrà del facultatiu, però de manera general sí que es podria practicar, sobretot els tres primers mesos, i en el cas de les runners expertes (i sempre que la intensitat sigui moderada), també en els trimestres posteriors.

Els esports per la seva banda més aconsellats durant la gestació, són:

loga, pilates, bicicleta (sense grans desnivells), natació, passejar.

La pràctica d'una activitat



física (amb les precaucions anteriorment citades) aporta moltíssims beneficis durant l'embaràs, ja que:

Millora la capacitat pulmonar, reforça els músculs del sòl pelvià, redueix l'estrès, ajuda a agafar el son, millora el dolor lumbar, millora la circulació.

Sempre de totes maneres abans de fer qualsevol esport, seria molt recomanable consultar-ho amb el ginecòleg, perquè ell depenent de cada cas, serà qui millor ens aconselli sobre l'exercici a fer i les possibles contradiccions, per a evitar qualsevol risc per al bebè.



Av. President Companys, 57 local
08911 Badalona
Tel. 93 464 21 34
info@boramarserveis.com



Persones que cuiden de persones

Els serveis domèstics i d'assistència domiciliària de la teva zona

Empresa Registrada amb el núm. S03775 en el Registre d'Entitats, Serveis i Establiments Socials del Departament d'Acció Social i Ciutadania de la Generalitat de Catalunya



Llar



5 idees per a portar les tendències estiuenques a casa

vivirhogar.republica.com - amic.cat

Arriba l'estiu i, de la mateixa manera que renoves el fons d'armari per a donar la benvinguda als mesos de bon temps, has de fer el mateix amb la teva casa. L'objectiu és omplir l'espai de vitalitat, i proposem algunes idees.

Neteja.

Aprofita l'arribada de l'estiu per a treure totes les coses que ja no tenen cabuda en la teva llar.

Tèxtils.

L'arribada de l'estiu és el moment idoni per a canviar els tèxtils d'hivern per uns altres que siguin més

lleugers, frescos i de colors clars. Els millors materials són el cotó o el lli.

Catifes.

El primer és aspirar i netejar amb escuma seca les catifes que has utilitzat a l'hivern, i després col·loca catifes més adaptades al bon temps, com les confeccionades amb fibra natural. Les catifes de jute són estupendes perquè combina amb tot, fins i tot les que porten dibuixos.

Plantes.

Si hi ha un element decoratiu que no pot faltar a casa durant els mesos d'estiu són

les plantes. Si tens un jardí o una terrassa, aquestes són les millors: Surfinia, Gerani o Dàlia.

Il·luminació

I, finalment, la il·luminació en espais exteriors és molt important. Has d'il·luminar aquesta zona de manera tènue per a crear un ambient agradable i acollidor. Les veles, els fanalets i les garlandes són la millor de les opcions.

Amb petits canvis és possible donar-li als espais interiors i exteriors un ambient fresc i d'allò més acollidor per rebre l'estiu.

**SERVEI TÈCNIC MÀQUINES DE COSIR
REPARACIONS A DOMICILI**

ALFA SINGER wertheim PFAFF
REFREY SIGMA BERNINA brother

A. RAMOS



687 701 933

tecnicmaquinacosir@gmail.com

**REFORMAS, OBRAS,
REPARACIONES,
ALBAÑILERIA,
ELECTRICIDAD,
FONTANERIA, GAS,
PINTURA, ECONÓMICO
670 -232 -977**



Les millors plantes per rebre l'estiu a casa

vivirhogar.republica.com - amic.cat

Ja falta ben poc per donar la benvinguda a l'estiu, i és hora de preparar la nostra casa per a la nova estació en la qual la calor està molt present. I si hi ha un element decoratiu que no pot faltar a casa durant els mesos d'estiu són les plantes. Si tens un jardí o una terrassa, aquestes són les millors:

Surfinia: ben coneguda per

les seves flors plenes de color i d'alegria, la surfinia és una planta que completa la decoració de qualsevol espai exterior. Ha d'estar situada a ple sol perquè floreixi de manera abundant, i el reg ha de ser constant, però no massa abundant.

Gerani: el gerani és un dels clàssics del bon temps en què a jardineria es refereix. Més enllà de la seva increïble gamma de colors, també té un gran

nombre de formes. Tolera molt bé el ple sol, però no porta bé el reg en abundància.

Dàlia: una planta originària de Mèxic que necessita molt sol per a florir i créixer plenament. Perfecta tant per a interior com per a exterior, requereix una gran quantitat d'aigua, sobretot en els dies més calorosos.

Ja has triat quines encaixen millor en la teva llar segons els teus gustos?

INSTALKSA 
LA KSA DE LES REFORMES

Reformes integrals

Cuines

Bany

Pressupost sense compromís



 C/ Sant Bru 208, Badalona -  651 688 970 - 93 464 10 24 -  lamevareforma@instalksa.com



Idees per a decorar el saló a l'estiu

vivirhogar.republica.com - amic.cat

Amb l'arribada de l'estiu, és el moment de dir adéu als tèxtils gruixuts de llana, com les mantes i els coixins de vellut. A continuació hem recollit alguns consells bàsics per a decorar el saló a l'estiu. Mobles naturals: Per a afegir un toc de frescor i energia al saló pots afegir alguna peça fabricada amb fibres naturals, com un mirall de canya,

per exemple.

Tèxtils: Els tèxtils són molt importants per a donar-li un canvi d'estil al saló. Aposta per teixits naturals lleugers, com el lli o el cotó, amb tons vibrants o estampats propis d'aquesta època.

Plantes: Un dels elements decoratius que no poden faltar en la llar durant l'època estival són les plantes. Aporten color i frescor. Existeixen

nombroses plantes d'interior que són estupendes per a l'estiu.

Quadres i fotografies: Un altre dels grans consells per a preparar el saló per a l'arribada de l'estiu implica canviar els quadres i fotografies. Tria aquells en els quals es vegin estampes pròpies estiuenques, com a palmeres o l'aigua de la mar, per exemple.

Objectes de decoració: I, finalment, per a donar-li un toc de frescor a aquesta estada, tria objectes de decoració d'estil mariner. Si en la taula de centre col·loques una peixera de cristall en l'interior del qual hi ha estrelles de mar, petxines i sorra, aconseguiràs que el seu aspecte canviï per complet de manera senzilla. Els detalls marquen la diferència!



GRIFELL
SERVEIS DE NETEGES. S.L.

URGENCIAS
24H

93 147 70 00
615 90 32 48

DESATASCOS DE TUBERÍAS
DESDE 80€

INUNDACIONES Y
VACIADO DE FOSAS SÉPTICAS



admin@grifellsl.com

Els avantatges de les Hidronetejadores

vivirhogar.republica.com - amic.cat

Les hidronetejadores són màquines dotades d'una bomba empesa per un motor, que expulsen aigua a alta pressió aconseguint arrossegar tota mena de brutícies. L'inventor d'aquesta màquina tal com la coneixem ara, va ser Alfred Kärcher en 1950 amb la finalitat de facilitar la neteja i escurçar el temps dedicat a ella. Aquest tipus d'eines s'han tornat a la llar, gairebé imprescindibles, sobretot per a les tasques de l'exterior, com ara neteja de vehicles, de paviments, façana, reixes, mobles de jardí i maquinària diversa, entre molts altres. D'hidronetejadores trobem actualment en el mercat de molts tipus i amb diferents tipus de pressió, en funció de l'ús que se li vulgui donar, per la qual cosa abans de comprar una, hem de pensar per a què la utilitzarem a fi de poder fer una selecció correcta. A més, compten amb una



multitud d'accessoris per a adaptar-se a tota mena de tasques i superfícies. Un altre avantatge d'aquesta mena d'aparells és que com

que no fan servir productes químics, són respectuosos amb el medi ambient, a més, d'estalviar molta aigua durant el seu ús.

**Gaudeix del sol
a l'ombra**

NOVELTY
TOLDOS DE CALIDAD

**Pressupostos
GRATIS**

**TENDALS
MOTORITZACIONS
AUTOMATISMES**

**TOLDOS
ZABALLOS**

Tel. 93 399 01 00
Baldomer Solà, 63 local Badalona
Tel. 93 392 07 30
Bruc, 58 Sta Coloma de Gramanet
www.toldoszaballos.com

Horòscops

Facilitat Roser Bona · AMIC



Àries (Del 21/3 al 20/4)

Si estaves trist o encaparrat, una bona amistat t'ajudarà a aixecar l'ànim amb les seves xerrades i bromes. Una sortida al camp o la muntanya, t'anirà molt bé.



Taure (Del 21/4 al 20/5)

Assumeixes la teva vida sentimental i si no estàs a gust amb la parella, valdria deixar-ho. Però si actualment estàs solter, comença una forta atracció per algú.



Bessons (Del 21/5 al 20/6)

Al sector professional segueixen els dubtes i no goses prendre decisions. Si tens una vena artística, s'activa la creativitat i dediques més temps al teu talent.



Cranc (Del 22/6 al 21/7)

Estàs força sensible i captes petites coses que normalment ignores. T'interessa per algun tipus d'inversió o sobre com augmentar el saldo del compte corrent.



Lleó (Del 22/7 al 23/8)

Et sents responsable d'un fet relacionat amb el teu passat. Està bé ser-ne conscient, però no et torturis. Si tens un negoci a internet, vius una etapa d'expansió.



Verge (Del 24/8 al 23/9)

T'enfoques en qüestions laborals i si vols avançar t'has de posar al dia. Cuida l'esquena i no portis un excés de pes. Ets molt autònom, però deixa't ajudar.



Balança (Del 24/9 al 23/10)

Algunes obligacions poden fer-te postergar una cita romàntica. Si és el cas, cerca alternatives. Somnies a fer vacances i de moment et regales una escapada.



Escorpió (Del 24/10 al 22/11)

L'exparella pot demanar-te una nova oportunitat, però tu ja estàs en una altra història. Reps un missatge d'allò més enigmàtic per una xarxa social o aplicació.



Sagitari (Del 23/11 al 21/12)

Si pensaves a canviar de feina, pots tenir diverses opcions entre les quals escollir. En l'amor, no manquen persones interessades, però tu t'has tornat més selecte.



Capricorn (Del 22/12 al 20/1)

El teu sistema nerviós pot estar més excitat que de costum. Escriure serà una alliberació. Pel que fa a l'economia, per fi agafes les rendes i et poses al dia.



Aquari (Del 21/1 al 19/2)

Si volies pintar la casa, aprofites els dies de més llum i calor. La tensa relació amb una dona de la família, entra en una etapa de pactes i diàleg més empàtic.



Peixos (Del 20/2 al 20/3)

No dubtes en plantar cara a algú de l'entorn diari, que abusa de la teva confiança. Pots haver sentit decepció amb una amistat, però no deixis que t'afecti més.

Frases cèlebres

«El menys freqüent en aquest món és viure. La majoria de la gent existeix, això és tot.»

Oscar Wilde

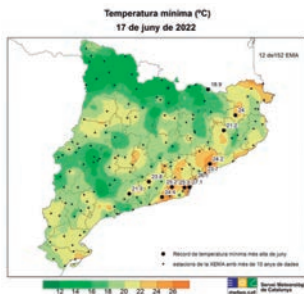
Dites

«Anar de mal borràs»

Significat: "anar cada vegada pitjor".

En castellà: ir de mal en peor

MIRANT EL CEL ►



Al mapa de la temperatura mínima del 17 de juny elaborat pel Servei Meteorològic de Catalunya els punts negres més grossos són les estacions que van registrar el rècord de temperatura mínima més elevada en un mes de juny. Hi destaca l'estació de Badalona-Museu, però també diverses del Barcelonès i de la resta del litoral i prelitoral central, amb registres de 25 a 27 °C.

La météo dels dies 6 a 19 de juny

Meteorologia / Oriol Rodríguez

A mitjans de juny ha arribat la segona calorada de la temporada. La primera va ser els dies 21 i 22 de maig, quan es va batre el rècord de calor per a un mes de maig des que hi ha registres a la ciutat. Aquesta vegada la temperatura màxima ha tornat a pujar per sobre dels 30 °C a tots els racons de Badalona, però el més destacable ha estat la calor que ha fet en hores nocturnes. Concretament, hi va haver estones de les nits del 16 al 17 i del 17 al 18 de juny en què la temperatura va superar la marca dels 30 °C. El registre més remarcable va ser la temperatura mínima del 17 de juny. En tot aquell dia, el termòmetre no va baixar dels 26,1 °C. Es tracta d'un registre insòlit en un mes de juny. Mai, des que hi ha dades continuades a

Badalona (any 1968), hi havia hagut una mínima tan elevada al mes de juny. De fet, en els darrers 14 anys només hi ha nou registres igual o superiors, tots entre els mesos de juliol i agost. L'excepcionalitat d'aquesta calor prematura ve acompanyada de la sequera, que continua sense donar treva. Des de l'1 de gener fins al 20 de juny s'ha acumulat 1/3 menys de la pluja que tocaria.

Temp màx	30,7 °C el dia 17
Temp mín	19,7 °C el dia 10
Hr màx	92 % el dia 18
Hr mín	29 % el dia 17
Press atm màx	1022,0 hPa dia 11
Press atm mín	1010,7 hPa dia 19
Vent màx	40,2 km/h (sud) el dia 10
Precipmàx 24h	0,0 l/m2
Precip anual	169,1 l/m2

*Dades de l'estació meteorològica Badalona - Centre

Sudokus

		4				6		1
5						3		2
				2				
3		8				5		1 2
			3	1	7			
1	4		2			3		6
				3				
	6		8					4
9		3				8		

8				9				6
	3	1	6	5				
	6	2					5	
	2	8	9					
5								7
				5	3	2		
	8				5	4		
				4	3	2	7	
3				2				9

Anuncis per paraules

INSERTA EL TEU
CLASSIFICAT
ONLINE:



TREBALL

CHICA CON EXPERIENCIA en cuidado de personas mayor y limpieza externa o interna.

611 707 016

SEÑORA BUSCA TRABAJO cuidando mayores. Interna o externa. Disponibilidad inmediata.

631 610 772

SOY UNA CUIDADORA con experiencia en cuidado de personas mayores, niños y limpieza.

624 072 658

CHICA BUSCA TRABAJO para cuidar personas mayores y limpieza. Interna o por horas.

631 522 129
SEÑORA CON EXPERIENCIA se ofrece para cuidado de personas mayores. 612 238 961

VARIS

COMPRO COMICS, discos, álbumes de fútbol, Playmobil, scalextric, Geyperman, Madelman, muñecas, Tente, Rico, Paya y Antigüedades en general

679 736 491

AMISTATS

SEÑOR BUSCO SEÑORA española o extranjera para amistad, relación estable o lo que surja

698 278 856

IMMOBILIARIA

VENDA PARQUING cotxe gran, Matamoros, 30 Tel: 689 175 062

Lionne

LIQUIDACIÓN POR CIERRE
Tallas de la 38 a la 56

Vestidos fiesta a partir de 9,99€

Tel. 93 398 63 75
Guifré, 207 Badalona

Maestro Kina

Africano médium

Auténtico vidente con 20 años de experiencia. Especialista en amores, recuperar a la pareja o amante, negocios, deporte, divorcios y mal de ojo, limpieza, seguridad, impotencia sexual... Resultado inmediato y garantizado. ¡Llama!

638 32 03 49

**ARA POTS
ENVIAR-NOS LES
TEVES CARTES,
FOTOS DENÚNCIES I
INFORMACIÓ SOBRE
NOTÍCIES QUE PASSIN
A
BADALONA
AL WHATSAPP
DEL TOT.**



651 976 517



INSERTA EL TEU CLASSIFICAT AL TOT AL CENTRE:

Preu: 0,35€/paraula



**PRODUCTOS LATINOS,
NORTEAMERICANOS,
ASIATICOS, DE EUROPA DEL ESTE
¡Y MUCHOS MÁS!
VEN Y CÓMETE EL MUNDO!**

**Carrer d'Aselm Clavé, 36
(Metro Pompeu Fabra L2 línea lila)**

**Horari: Dilluns a dissabte 10h. a 14.
i de 16h. a 20h.**

INSERTA EL TEU CLASSIFICAT AL TOT A

Preu: 0,35€/paraula

prink

**Cartuchos
y Tóner
para todas
las impresoras**

**Horari: dilluns a divendres de 10h. a 14h.
i de 16h. a 20h.
Dissabtes de 10h. a 14h.**

AVDA. MARTI PUJOL 294 - 296 TEL 93 464 69 14



(+34) 633 100 661



hola@pistapc.com

La Badalona d'abans

BADALONA ►

Any 1974

**Museu de Badalona.
Al. Extret del llibre:
Incidencias revisión
plan comarcal
en la industria de
Badalona**



LA FOTO DELS LECTORS ►

Any 1950

Foto. Ramón Malonda



Si voleu enviar les vostres fotos:
badalona@totbadalona.com o
WhatsApp, 651 97 6 517

Distribuïdors

Troba la teva
revista als
distribuïdors
oficials del TOT



LA TARTAleta pastisseria
Badalona

RENOVACIÓ ►
Santiago Russinyol, 108
933 891 763

Pastisseria- Forn - Cafeteria

Horari: de dilluns a divendres 7:30 a 13:30 i de 16:30
a 19h dissabte i diumenge de 8 a 14h
@pastisseriatartaleta

Per què us feu distribuïdors del TOT?
Per donar un servei al nostre client.



FABRE
GEMMÒLEGS

RENOVACIÓ ►
Lleó, 28 Badalona
93 170 34 79

- Joieria en Plata d'Autor • Gemmologia
- Tenim Joier • Reparacions • Minerals
- Restylings de Joies • Bijuteria Fina

Per què renoveu com a distribuïdors del TOT?
Vam tenir l'honor de ser els primers distribuïdors
oficials del TOT i seguim repartint-lo cada setmana
amb la mateixa il·lusió del primer dia. Per nosaltres
és un aparador general de TOT el que passa a la
nostra ciutat.



Abacus ● ● ●

NOU ►
Francesc Macià, 60-64
08912 Badalona
93 384 19 19

Horari: de dilluns a divendres de 9:30 a 14:00 i 16:30
a 20:30 dissabtes 10:00 a 14:00 16:30 a 21:00
Papereria, joguines, manualitats, llibres per totes les
edats amb una àmplia gama de literatura infantil i
juvenil i manga.

Per què us feu distribuïdors del TOT?
Volem formar part activa de tot el que passa a la nos-
tre ciutat i pertànyer al col·lectiu de TOT Badalona és
oferir als nostres socis i clients un servei d'informació
del nostre entorn..



Distribuïdors oficials

ARTIGUES

FORN DE PA FIGUERA

Crtra. de Santa Coloma, 2
93 399 02 06

BUFALA

BON ÀREA

Independència, 156
934 605 516

CONDIS

Independència, 186-188
933 886 508

FORN DE LLENYA

LA RIERA

Martí Pujol, 350 - 352
933 996 252

CONDIS

Martí Pujol, 495-519
934 970 125

CAN CLARIS

EL POLLASTRE

ANGLÈS

Pau Claris, 1-3
933 877 997

CASAGEMES

LA BOTA DE ARAGÓN

Santa Madrona, 122-123
933 893 080

RESIDENCIA DANAE

Santa Maria, 178-180
933 847 240

EL CELLER

Prim, 11 · 93 464 31 99

LA TARTAleta

Santiago Rusinyol, 108
933 891 763

CENTRE

LA NOVA GRANJA

Prim, 177 · 933 841 153

KARNS FIBLA

Arnús, 26-28

933 846 654

MOLSA

Canonge Baranera, 10-12
933 848 240

EL VERMUT

COROMINAS

Canonge Baranera, 45
647 520 697

ELS DIARIS

Canonge Baranera, 98
933 895 647

CA L'ALBERT

Canonge Baranera,
106-108

934 642 127

LA BOTIQUE DEL PEIX

Canonge Baranera, 42
931 300 569

CUINEM

Canonge Baranera, 121
934 641 976

GRANJA FIMONS

Colón, 68

934 643 386

CALÇATS VILALTA

Francesc Layret, 24
933 89 48 61

DECORACIÓ CRUZ

Canonge Baranera, 27
931 447 951

FLORISTERÍA

MORERA

Francesc Layret, 40
933 842 653

PERRUQUERIA

BARBANY ART

Francesc Layret, 147
934 641 141

MERCAT MAIGNON

Avda. Martí Pujol 70
93 483 29 24

FARMACIA BETULO

C/ Francesc Llairet 205

93 389 21 13

PRELUDI

Cadix, 4

934 642 677

PURA VIDA

QUIROPRACTICA

Francesc Layret, 171
933 843 775

XARCUTERIA

ARGUDO

Carrer de Mar, 38
933 848 061

CASAL DE GENT

GRAN DEL CENTRE

Ignasi Iglesias, 38
933 892 948

FABRE GEMMÒLEGS

Lleó, 28 · 931 703 479
fabregemmolegs.cat

FRUTAS CUEVAS

Lleó, 65 · 934 640 179

FORN BERTRAN

Mar, 5 · 93 384 60 52

DROGUERIA BOTER

Mar, 71 C.Baranera, 2e
933 845 464

FIMONS BAR

Mossen Anton, 29
93 389 11 38

SABATERIES

GUBERN

Mar, 54 · 93 384 50 03

CONGELATS

FANTASY FRED

Canonge Baranera, 54
933 894 619

FERRETERIA PRIM

Prim, 113-117
933 844 151
ferreteriaprim.com

PAM I PIPA

LLAMINADURES

Prim, 195 · 936 111 466

FLORISTERIA

JOSEP M^a VENTURA

President Companys, 18
933 894 421

BAR REST. EL NIU

Ribas i Perdigó, 18
933 848 201

SÓN PEDAÇOS

Francesc Planas i
Casals, 2

933 844 769

EL SABATOT

Riera Matamoros, 15
617 813 971

FLECA SANT PERE

Sant Pere, 38
659 220 589

J.CAMPS S.L.

Sta. Madrona, 45
931 184 232

MARGENAT

Santiago Rusinyol, 3
Martí Pujol, 131

FARMÀCIA CAIRÓ

Canonge Baranera 60
93 384 04 53

655 039 269

PASTISSERIA GUIFRÉ

De Mar, 111
93 463 52 17

SPORT DREAMS

WEAR

De Mar, 126
93 389 45 61

COLL I PUJOL

EL ESCONDRIJO

Coll i Pujol, 26
933 871 083

DALT LA VILA

PASTISSERIA LA VILA

Martí Pujol, 192 ·
93 389 36 25

LOTERIA MANOLITO

President Companys, 20
933 890 518

ESTANC BENEYTO

President Companys,
57-61
933 845 554

Troba la teva
revista als
distribuidors
oficials del TOT



CAFETERIA SANT JORDI

Via Augusta, 19-25
637 734 091

RESIDÈNCIA GERIÀTRICA BALLE SOL

Av. Navarra, 2
934 641 372

FORN LAIA

Av. President Companys, 45
933 845 357

GORG

FARMÀCIA OLÍMPIC

Alfons XIII 127
933 879 350

LOTERIA SORS

Joaquim Ruyra, 1 - 3
933 871 797

REST. SHAN HAI CITY

M. Mont-Roig, 72-74
933 979 163

LA SALUT

CARNISSERIA HERNANDO

Pau Piferrer, 15
933 990 901

MERCAT LA SALUT

Marqués de Sant Mori, S/N
93 383 32 61
649 199 883

CARNICERIA CHARCUTERÍA

MARI LA EXTREMEÑA

Quevedo, 18 3
933 839 706

LLEFIÀ

BOCATELI BAR RESTAURANT

Circumval.lació, 22
93 399 80 98

JOSE TOMAS

M. de Sant Mori, 112
933 877 977

QUEDA POLLO

Avda. St Salvador, 80-84
933 884 827

LLOREDA

FORN ANA I ELI

Avda. Lloreda, 55
93 603 06 15

FORN SWING

Catalunya, 39
934 606 670

DIETETICA SANDRA

Rambla Sant Joan, 81
93 387 28 24

FARMACIA MONGUIÓ

Rambla Sant Joan, 180
933 873 893

MANRESÀ

RESTAURANT

BUCKET

Ctra. de Mataró, 101
933 842 688

MORERA

BON ÀREA (MORERA)

Morera, 101
933 955 012

FORN CA L'AVI MARSAL

Carrer de Sant Vicenç, 31
93 156 58 66

POMAR

MERCAT POMAR

Avda. Primer de maig
S/N

FORN DE PA ARTESÀ

Plaça Pomar, 3
645 45 00 32

PROGRÉS

CA LA BERTA

Guifré, 208
648 63 95 93

FARMÀCIA PRAT

Francesc Macià 94
93 387 06 47
607 26 72 21

FLORISTERIA

S. VENTURA

Plaça Pep Ventura, 13
93 387 17 95

FRUITES I VERDURES PADRÓS

Providencia, 140
933 872 021

PASTISSERIA GUIFRÉ

Guifré, 259
93 387 5093

LA BONA PAPERERIA

Guifré, 280
93 348 45 76

CAN MIXO

Tot per la teva mascota
Roger de Flor, 82
933 887 457

PIT I CUIXA

Güell I Ferrer, 33
934 643 087

LOTERIA MUSSOL MÀGIC

Alfons XIII, 6
933 988 296

CONDIS

Guifré, 100-108
934 646 989

JOIERIA LA PLANA

Guifré, 82
933 977 156

ALFA BADALONA CENTRE - MAR

Indústria 143 - 149 local
93 397 59 65

CONDIS

Torner, 5-7
934 610 770

ULTRAMARINOS

MARTINA

Progres, 93
93 388 12 42

RAVAL

FONTISI PASTISSERIA

Plaça Pep Ventura, 16
93 387 49 42

ABACUS

Francesc Macià, 60-64
93 384 19 19

SANT CRIST

BON ÀREA

Coll i Pujol, 185
934 610 405

Vols distribuir el TOT al teu comerç?

Posa't en contacte amb nosaltres: 651 976 517
comercial@totbadalona.com



Tots els mobles al millor preu

No et perdis les ofertes d'aquest estiu!

Sofà Llit

193 cm d'ample obert mesura 128 cm

259€



Moble TV

130 cm d'ample

135€



Taula extensible

tancada mesura
90x190

i s'obre a 180 cm.

Disponible
en més colors

225€



Llitera convertible en dos llits Blanc Lacat 90x190

319€



SAYEZ®

Ofertes valides fins al 30 d'abril o fins a fi d'existències

.com

Moltes més ofertes a www.sayez.com

Servei d'atenció i producte personalitzat a les nostres botigues. Estem a Badalona, Santa Coloma de Gramanet, Sabadell, Barberà del Vallès, Terrassa, Cerdanyola, Martorell i Vic.



hola@sayez.com



[@sayez_mobles](https://www.instagram.com/sayez_mobles)